

MITTENDRIN
WIE
SO
ICH BIN



FÜRST DONNERSMARCK-STIFTUNG

■ FREIZEIT BILDUNG BERATUNG



2013 PROGRAMM

GRUPPEN | BERATUNG | SELBSTHILFE

VILLA DONNERSMARCK | BLISSE 14



TRADITIONEN PFLEGEN | VISIONEN LEBEN



IMPRESSUM

HERAUSGEBER: FÜRST DONNERSMARCK-STIFTUNG ZU BERLIN

VERANTWORTLICH: CHRISTEL RECKERT

REDAKTION: SEAN BUSSENIUS

FOTOS: S. BUSSENIUS (TITELBILD, UMSCHLAG INNEN, S. 4, 5, 6, 8, 9, 11, 12, 14, 15, 20)

R. FLECHTNER (S. 6/OBEN)

E. HURLIN (S. 16/OBEN)

A. KLAHR (S. 4/OBEN)

C. REBLER (S. 16/17: WWW.FLICKR.COM/ZUNAMI, CC BY-SA 2.0)

DIMA SOBKO/WWW.SHUTTERSTOCK.COM (S.13/OBEN)

BERENTS/WWW.SHUTTERSTOCK.COM (S.13)

GESTALTUNG: NEUES HANDELN GMBH, LUISENSTR. 46, 10117 BERLIN

DRUCK: NORDBAHN GGBH – WERKSTATT FÜR BEHINDERTE MENSCHEN,
GLIENICKER CHAUSSEE 6, 16567 SCHÖNFLIESS

LIEBE GÄSTE,



Zeit, die man gemeinsam verbringt, tickt einfach anders. In unserem neuen Programmheft haben wir Ihnen daher auch in diesem Jahr viele Angebote zusammengestellt, bei denen genau das im Mittelpunkt steht: Gemeinschaft und Geselligkeit, das gute Gefühl, das uns eine Gruppe geben kann, wenn wir die gleichen Interessen und die Freizeit teilen. Bei uns in der Villa fallen diese Interessen ganz unterschiedlich aus. Hier gibt es den Rollstuhlsportler, die Denksportlerin, Kunstschaaffende, Wortspieler, Gartenfreunde und jede Menge Menschen, die sich in lebendiger Runde darüber austauschen, was sie täglich bewegt. Lassen auch Sie sich bewegen und lernen Sie unsere Gruppen kennen. Werden Sie Teil eines Miteinanders, bei dem die Gemeinsamkeit den Unterschied macht, nicht eine Behinderung, mit der viele unserer Gäste leben. Für manche von ihnen ist ihre Gruppe fast eine Art Familie.

Unter dem Dach der Villa und in unseren zentral gelegenen Beratungsräumen der blisse14 versammeln sich auch zahlreiche Selbsthilfegruppen, als Experten in eigener Sache. Sie möchten eine Selbsthilfegruppe gründen? Sprechen Sie uns an, wir unterstützen Sie gern. Unterstützung erhalten Sie auch von unserem Beratungsteam, das Ihnen und Ihren Angehörigen individuell zur Seite steht.

Für alles andere haben wir Ihnen noch etwas ins Heft gelegt: Unser Veranstaltungsprogramm mit Festen, Fortbildungen, Diskussionen und jeder Menge Kulturterminen finden Sie als Extrateil zum Herausnehmen.

Wir freuen uns, wenn Ihr Weg Sie zu uns in die Villa führt.

A handwritten signature in red ink that reads "Christel Reckert". The script is fluid and cursive.

IHRE CHRISTEL RECKERT

KOMM. BEREICHSLEITERIN FREIZEIT | BILDUNG | BERATUNG

Egoist.

Moralist.

Ehrenamtist.

EHRENAMTIST SEIN – DEN UNTERSCHIED MACHEN

■ Freiwilliges Engagement in der Fürst Donnersmarck-Stiftung: Unterstützen Sie Menschen mit Behinderung!

Ein entspannter Einkaufsbummel, anschließend Kaffeetrinken und dann ins Theater... Was für ein gelungener Tag! Wir laden Sie ein, Menschen mit Behinderung zu unterstützen und zu begleiten. Als freiwillig Engagierter in der Fürst Donnersmarck-Stiftung können Sie bereits mit wenig Zeitaufwand in der Woche viel bewegen. Ob als Ausflugs- oder Reisebegleiter, als Vorleser oder bei der Unterstützung unserer Feste und Veranstaltungen: Die Möglichkeiten freiwilligen Engagements sind so vielfältig wie die Stiftung selbst. Unsere Einrichtungen sind in ganz Berlin verteilt, sicher auch in Ihrer Nachbarschaft.

IHRE UNTERSTÜTZUNG – UNSER ANGEBOT:

Unsere erfahrenen Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter begleiten Sie individuell bei der Suche nach einer geeigneten Tätigkeit und in der Praxis. So sichern wir, dass Ihre Hilfe da ankommt, wo sie wirklich gebraucht wird. Wir bieten Ihnen neben einer ausführlichen Erstberatung, die auf Ihre Stärken und Wünsche eingeht, einen Raum für regelmäßigen Erfahrungsaustausch. Sie erwartet ein offenes und wertschätzendes Miteinander bei uns. Und nicht zuletzt ein Lächeln von Menschen, denen Ihr Engagement sehr viel bedeutet! Unsere Gäste, Bewohnerinnen und Bewohner, Klienten und die Mitarbeitenden der Fürst Donnersmarck-Stiftung freuen sich auf Sie!

IHRE ANSPRECHPARTNERIN: MARION REUSCHEL

TEL.: (030) 847 187 27

E-MAIL: reuschel.fbb@fdst.de



**FÜR JUGENDLICHE
GEMEINSAM AKTIV
BERATUNG
SELBSTHILFE**

**SEITE 4
SEITE 6
SEITE 16
SEITE 20**

INHALTSVERZEICHNIS

FÜR JUGENDLICHE	
TREFFPUNKT FÜR JUGENDLICHE UND JUNGE ERWACHSENE	4
WII-GRUPPE	5
GEMEINSAM AKTIV	
AUF EINE RUNDE DURCHS QUARTIER	7
ROLLSTUHLSPORT	8
GEMEINSAM EROBERN WIR BERLIN	8
KUNSTGRUPPE I	9
KUNSTGRUPPE II	9
MONAGRUPPE	10
SCHÖNEBERGER HEIDE	10
SCRABBLE-GRUPPE	10
GRUPPE GEDÄCHTNISTRaining	11
BLOMY-GRUPPE	11
ROMMÉ-GRUPPE	11
HANDARBEITSGRUPPE	12
GESPRÄCHSKREIS	12
SCHACH-GRUPPE	13
BLIND POKER	13
GARTENGRUPPEN	14
SCHREIBEN ERFÜLLT – DIE KREATIVE SCHREIBGRUPPE	14
SINGEN MACHT HAPPY!	15
BERATUNG	16-19
SELBSTHILFE	20-28

**BITTE MELDEN SIE SICH FÜR ALLE KOSTENPFLICHTIGEN VERANSTALTUNGEN AN.
VERANSTALTUNGSORT IST – WENN NICHT ANDERS ANGEZEIGT – DIE
VILLA DONNERSMARCK.**

2013 PROGRAMM

GRUPPEN | BERATUNG | SELBSTHILFE

FÜR JUGENDLICHE

1 TREFFPUNKT FÜR JUGENDLICHE UND JUNGE ERWACHSENE

■ Freundschaften knüpfen und gemeinsam mit anderen Spaß haben: Wir sind eine bunte junge Gruppe und treffen uns regelmäßig. Wir gehen zusammen ins Kino, Eis essen und vieles mehr. Komm doch mal vorbei, wir freuen uns auf Dich!

LEITUNG: ANGELIKA KLAHR, ROBERT FREIMARK

SONNTAGS | 14-TÄGIG

ZEIT: 15.00–18.30 UHR

ORT: BLISSE 14, EINGANG WILHELMSAU, BLISSESTR. 12, 10713 BERLIN

KOSTEN: 1,- EURO PRO TREFFEN

TERMINE UND PROGRAMM ERFAHRT IHR UNTER TEL.: (030) 847 187 0



2

WII-GRUPPE

„JETZT BIN ICH DRAN“ – DIE LUSTIGE RUNDE MIT DER COOLEN KONSOLE

■ Voller Einsatz: Beim Spielen mit der Wii kann man richtig ins Schwitzen kommen, denn bei den Computerspielen Bowling, Tennis & Co bewegst du dich fast ein bisschen wie bei der echten Sportart. Jede Woche geht es bei uns in Vierergruppen mit viel Lachen richtig rund. Und jetzt bist du dran!

MITTWOCHS / WÖCHENTLICH

ZEIT: 15.00 – 17.00 UHR

TEILNAHME KOSTENLOS



2013 PROGRAMM

GRUPPEN | BERATUNG | SELBSTHILFE

GEMEINSAM AKTIV

3 GEMEINSAM AKTIV

- An jedem Tag in der Woche treffen sich Menschen bei uns für
- gemeinsame Ausflüge,
- Gespräche,
- Beratung und Unterstützung,
- Spiel und Spaß,
- um nette Leute kennen zu lernen.

ANSPRECHPARTNERIN: ANGELIKA KLAHR

WENN SIE INTERESSE AN EINEM DER NACHFOLGENDEN TREFFPUNKTE HABEN,

RUFEN SIE EINFACH AN: TEL.: (030) 847 187 16



AUF EINE RUNDE DURCHS QUARTIER SPAZIERENGEHEN IN STEGLITZ-ZEHLENDORF

■ Unser Bezirk bietet viele schöne Gelegenheiten sich im Freien zu bewegen. In Gemeinschaft macht Spazierengehen besonders viel Freude.

Deshalb machen wir mit bei den „Steglitz-Zehlendorfer Spaziergangsgruppen“. Bei ihnen kommt es nicht darauf an, möglichst schnell oder lang unterwegs zu sein. Das gemeinsame Erleben und Bewegen steht im Mittelpunkt. Jeder kann mitmachen, ganz unabhängig vom Alter oder den körperlichen Fähigkeiten – zu Fuß, mit Rollator, Rollstuhl oder Gehstock. Stärken Sie mit Spaß Ihre Gesundheit, denn regelmäßige Bewegung ist der beste Weg, um fit und aktiv zu bleiben.



Wir unternehmen einstündige Spaziergänge durch die Parks der Umgebung, mit viel Zeit und Platz für Gespräche. Wer mag, bleibt anschließend zum gemeinsamen Mittagessen. Kommen Sie doch einfach mit auf eine Runde, wir freuen uns auf Sie!

WERDEN SIE SPAZIERGANGSBEGLEITER/IN!

■ Sie sind gern an der frischen Luft und möchten sich ehrenamtlich engagieren? Einige Spaziergangsgruppen suchen noch eine Begleitperson. Fragen Sie uns!

JEDEN MITTWOCH UM 10.30 UHR

TREFFPUNKT IN DER VILLA DONNERSMARCK

MEHR INFORMATIONEN ERHALTEN SIE BEI ANGELIKA KLAHR:

TEL.: (030) 847 187 16

TEILNAHME KOSTENLOS

**EINE GEMEINSCHAFTSINITIATIVE VON GESUNDHEIT BERLIN-BRANDENBURG E.V.,
GESUNDHEIT 21, MEHRGENERATIONENHAUS PHOENIX, PFLEGESTÜTZPUNKTE
BERLIN, DIAKONIEVEREIN STEGLITZ UND DER FÜRST DONNERSMARCK-STIFTUNG**



5 ROLLSTUHLSPORT SPIEL UND SPASS BEI BEWEGUNGEN IM UND AM ROLLSTUHL

■ Im Rollstuhl sportliche Übungen durchführen und körperliche Fitness aufbauen, für mehr Freude und Entspannung im Alltag.

Spielerisch und in lockerer Atmosphäre bekommen Sie Anregungen, wie Sie Bewegungseinschränkungen gezielt ausgleichen können.

LEITUNG: SABINE REICH UND CARSTEN WOLF

MITTWOCHS | WÖCHENTLICH

ZEIT: 10.30–12.00 UHR | 18 TERMINE

KOSTEN: 45,- EURO

6 GEMEINSAM EROBERN WIR BERLIN

■ Sie möchten Ihren Bekanntenkreis erweitern oder sich einen neuen aufbauen? An unseren geselligen Nachmittagen können Sie mit anderen Menschen gezielt etwas unternehmen. Gemeinsam machen Ausflüge, Museumsbesuche oder eine Schifffahrt viel mehr Spaß.

WO ES HINGEHT ERFAHREN SIE VON ANGELIKA KLAHR

TEL.: (030) 847 187 16

TERMIN: IMMER EIN DIENSTAG IM MONAT (ODER NACH ABSPRACHE)

ZEIT: 12.00–16.00 UHR

KOSTEN: 1,- EURO PRO TREFFEN ZZGL. EINTRITTSGELD

7 KUNSTGRUPPE I

■ Viel Freude beim Malen, Zeichnen, Collagieren und vielem mehr. Die Gruppe beginnt den Tag mit einem gemeinsamen Frühstück.

LEITUNG: MONIKA ENGLER

DIENSTAGS | WÖCHENTLICH

ZEIT: 9.30–12.30 UHR

KOSTEN: 16,- EURO FÜR 16 TERMINE



8 KUNSTGRUPPE II

■ Kunst zum Anfassen: Wir gestalten gemeinsam Kreatives aus Ton und Gefilztes aus Schafwolle.

LEITUNG: KERSTIN WENDLANDT

MITTWOCHS | WÖCHENTLICH

ZEIT: 10.00–13.00 UHR

KOSTEN: 15,- EURO FÜR 15 TERMINE

9 MONAGRUPPE

■ Nach Lust und Laune spielen, singen, basteln oder mit Gedächtnistraining die „grauen Zellen“ fit halten, so sind wir, die „Monas“. Zusammen unternehmen wir auch gern Ausflüge. Unsere Treffen beginnen mit einem gemeinsamen Mittagessen. Wer erst später kann, kommt einfach zum Kaffee. Neue Mitglieder herzlich willkommen.

LEITUNG: ANGELIKA KLAHR

MONTAGS | 14-TÄGIG

ZEIT: 13.00–16.00 UHR

KOSTEN: 1,- EURO PRO TREFFEN

(SPEISEN UND GETRÄNKE NICHT ENTHALTEN)

10 SCHÖNEBERGER HEIDE

■ Erfahrungen austauschen, sich vorlesen oder einfach nur die Ereignisse vom Vortag besprechen. Dazu wird oft gespielt und auch Ausflüge gehören zum Programm. Wir treffen uns zum gemeinsamen Mittagessen. Neue Mitglieder herzlich willkommen.

LEITUNG: CHRISTINE ANDERS

DIENSTAGS | WÖCHENTLICH

ZEIT: 13.00–16.30 UHR | KOSTEN: 1,- EURO PRO TREFFEN

(SPEISEN UND GETRÄNKE NICHT ENTHALTEN)

SENIORENGRUPPE

11 SCRABBLE-GRUPPE

■ Mit Worten punkten! Halb Glück – halb Können – Strategie und Zufall, das ist die Basis des beliebten Wortspiels. Wir freuen uns auf Mitspieler.

DONNERSTAGS | WÖCHENTLICH

ZEIT: 10.00–14.30 UHR

TEILNAHME KOSTENLOS

12 GRUPPE GEDÄCHTNISTRAINING

- Unterhaltsames Training für unser Gedächtnis in gemeinsamer Runde.

MONTAGS | WÖCHENTLICH | ZEIT: 11.00–13.00 UHR

ORT: BLISSE 14, EINGANG WILHELMSAUE, BLISSESTR. 12, 10713 BERLIN

KOSTEN: 1,- EURO PRO TREFFEN

13 BLOMY-GRUPPE

- Sozialpolitische Themen, vor allem Behindertenpolitik, aktuelle Tagespolitik, das Pflegen von Freundschaften, aber auch Ausflüge in die Stadt stehen auf unserem Programm. Wir treffen uns zum ausgiebigen Mittagessen, danach geht es an die Tagesordnung. Neue Mitglieder herzlich willkommen.

LEITUNG: BEATE KLAHR

MITTWOCHS | WÖCHENTLICH | ZEIT: 13.00–16.30 UHR

KOSTEN: 1,- EURO PRO TREFFEN

(SPEISEN UND GETRÄNKE NICHT ENTHALTEN)

SENIORENGRUPPE

14 ROMMÉ-GRUPPE

- Beim gemeinsamen Mittagessen und Kaffeetrinken tauschen wir Erlebnisse und Ereignisse aus. Danach gilt unsere Leidenschaft dem Rommé-Spiel. Neue Mitglieder sind herzlich willkommen!



MITTWOCHS | WÖCHENTLICH | ZEIT: 14.00–17.00 UHR

KOSTEN: 1,- EURO PRO TREFFEN

(SPEISEN UND GETRÄNKE NICHT ENTHALTEN)

SENIORENGRUPPE

15 HANDARBEITSGRUPPE

■ Selbermachen liegt im Trend, in unserer Handarbeitsgruppe lernen Sie, wie es geht. Maschen anschlagen – kraus rechts – links glatt. Wir stricken alles, von Socken bis Babykleidung, immer unter fachlicher Anleitung. Wir freuen uns auf neue Mitglieder.

FREITAGS | WÖCHENTLICH

ZEIT: 10.00–13.00 UHR

TEILNAHME KOSTENLOS

SENIORENGRUPPE



16 GESPRÄCHSKREIS

■ Für Menschen, die lebendige Auseinandersetzungen lieben. Bei uns im Gesprächskreis kommen unterschiedliche Mentalitäten zusammen, die mit Spaß ihre Verschiedenheit genießen.

FREITAGS | WÖCHENTLICH

ZEIT: 10.30–12.30 UHR

ORT: BLISSE 14, EINGANG WILHELMSAUE, BLISSESTR. 12, 10713 BERLIN

KOSTEN: 1,- EURO PRO TREFFEN



17 SCHACH-GRUPPE

■ Für Freunde des „königlichen Spiels“.
Wer Freude am Denksport hat, kommt einfach mal auf eine Schnupperpartie vorbei, für spielerische Begegnungen am Schachbrett.

MITTWOCHS | WÖCHENTLICH

ZEIT: 14.30–16.30 UHR

TEILNAHME KOSTENLOS

18 BLIND POKER

■ Beim „Blind Poker“ spielen sehbehinderte und blinde Menschen zusammen Poker – ihre sehenden Mitspieler lassen sie dabei alt aussehen. Wenn auch du mitspielen willst, tu es einfach. Jeder ist gerne willkommen und kann nach unseren Regeln mitspielen. Wir spielen ausschließlich mit „gezinkten“ Karten, weil es sonst unmöglich wäre zu gewinnen.

TERMINE UND INFORMATIONEN UNTER: www.blinds-poker.de

ORT: BLISSE 14, EINGANG WILHELMSAUE, BLISSESTR. 12, 10713 BERLIN

KOSTEN: 1,- EURO PRO TREFFEN



19 GARTENGRUPPEN

■ Im schönen Garten der Villa lässt es sich prima gärtnern, besonders auch vom Rollstuhl aus. Aussaat, Pflege, Ernte – wir unterstützen uns bei allem, was ein Gärtner so zu erledigen hat. Wir treffen uns auch im Winter. Ausflüge lockern das Programm auf.

LEITUNG: JOSEFINE GRIMMER

"WILDKRÄUTER"

FREITAGS | WÖCHENTLICH

ZEIT: 14.00–17.00 UHR

„GARTENGRUPPE“

MITTWOCHS | WÖCHENTLICH IN DER SAISON

ZEIT: 13.30–16.00 UHR

TEILNAHME KOSTENLOS

20 SCHREIBEN ERFÜLLT – DIE KREATIVE SCHREIBGRUPPE



■ Wer wissen möchte, wie Gedanken nahtlos vom Kopf aufs Papier wandern und selbst die hartnäckigste Schreibblockade zu einem Feuerwerk der Worte werden kann, ist herzlich eingeladen zum Kreativen Schreiben. Neulinge sind ausdrücklich erwünscht.

LEITUNG: GISELA POPPENBERG UND SABINE SCHWARZLOSE

MONTAGS | WÖCHENTLICH

ZEIT: 16.00–18.00 UHR

KOSTEN: 1,- EURO PRO TREFFEN

21 SINGEN MACHT HAPPY! DER CHOR DER FÜRST DONNERSMARCK-STIFTUNG

■ Wir sind ein Chor für Menschen mit und ohne Behinderung und suchen gut gelaunte Verstärkung. Wer Lust hat, ist herzlich eingeladen!

LEITUNG: CHRISTINE HERRMANN-WEWER

MONTAGS | WÖCHENTLICH

ZEIT: 16.30–18.30 UHR

KOSTEN: 1,- EURO PRO TREFFEN





■ **ELTERNTRAINING FÜR FAMILIEN MIT BEHINDERTEN KINDERN**

■ Für Eltern von Kindern mit Behinderung ist das Thema Erziehung oft eine besondere Herausforderung. Wie gelingt es, das Verhalten der Kinder aus einer neuen Perspektive zu verstehen, ihre Reaktion und ihre Haltung bewusst so zu verändern, dass innerhalb der Familie mehr kooperatives, respektvolles Miteinander entsteht?

Wir nehmen verschiedene Elternprogramme zur Grundlage für unsere gemeinsamen Treffen.

- Das schaff ich auch noch, oder?
- Wir haben ein behindertes Kind – wir sprechen über Überforderung und Hilfen
- Wir schauen uns verschiedene Erziehungsmodelle an
- Wahlmöglichkeiten, klare Ansagen von Eltern bzw. Angehörigen
- Ermutigung – Ich-Aussagen
- Familienrat
- Abschlusstreffen – Offene Fragen
- Wie können Sie das Neue umsetzen?
- Was hat Ihre Familie daraus mitgenommen?

**FÜR MEHR INFORMATIONEN SPRECHEN SIE
MIT MARION REUSCHEL**

TEL.: 030 - 847 187 27

E-MAIL: reuschel.fbb@fdst.de





FAMILIENBERATUNG – PAARBERATUNG – EINZELBERATUNG

Behinderung im Lebensumfeld zu bewältigen, ist oft nicht einfach. Egal ob sich unsere Situation geändert hat oder ob die Menschen, die wir lieben oder mit denen wir zusammenleben von Behinderung betroffen sind – häufig ist es schwer, den Alltag zu meistern. Hilfe, Beratung oder nur ein Gespräch über diese Situation kann helfen, sicherer im eigenen Verhalten zu werden und Konflikte zu bewältigen.

Die Methoden der systemischen Familientherapie helfen, sich das Netzwerk von Verhalten und Erwartungen anzuschauen. Das Ziel ist es, konkrete Lösungen zu finden und eigene Stärken zu entwickeln, um mit den Alltagsanforderungen, die mit einer Behinderung entstehen können, fertig zu werden.

Ob Sie Einzelgespräche oder eine Beratung der ganzen Familie wünschen, vereinbaren wir in einem gemeinsamen Erstgespräch.

IHRE ANSPRECHPARTNERIN: MARION REUSCHEL

TEL.: (030) 847 187 27

E-MAIL: reuschel.fbb@fdst.de





INKONTINENZ- UND/ODER SEXUALBERATUNG FÜR FRAUEN, MÄNNER, PAARE UND JUGENDLICHE AUF PEER COUNSELING-EBENE

■ In einer ruhigen und vertrauensvollen Einzelberatung haben Sie die Möglichkeit, Ihre Fragen zu den Bereichen Inkontinenz und/oder Sexualität zu stellen.

WIR INFORMIEREN SIE ÜBER

- Inkontinenzformen
- Inkontinenzschweregrade
- Erklärung der Inkontinenzdiagnose des Arztes
- Hilfsmittel
- Inkontinenzvorlagen, Katheter, Kondomurinale
- Verschreibungspflichtige Produkte und Arzneimittelbudget
- Krankenhäuser und Arztpraxen

- Geeignete Verhütungsmittel
- Gewollte und ungewollte Schwangerschaft
- Tipps zur Vorsorgeuntersuchung
- Behandlung von Erektionsstörungen
- Veränderung der Sensibilität und des Orgasmus
- Hilfe für unterstützende Sexualität
- Anlaufstellen für Behinderung und Homosexualität

ULRIKE BOPPEL (SEXUALPÄDAGOGIN / INKONTINENZFACHBERATERIN)

TERMINE NACH VEREINBARUNG

ANONYME ANMELDUNG MÖGLICH

TEL. (030) 847 187 0

KOSTEN: 10,- EURO PRO BERATUNGSTUNDE (60 MINUTEN)

ORT: BLISSE 14, RAUM 2, EINGANG WILHELMSAUE,

BLISSESTR. 12, 10713 BERLIN



PEER COUNSELING

■ Der Begriff „Peer Counseling“ stammt aus der weltweiten „Independent Living-Bewegung“ behinderter Menschen, die für Selbstbestimmung, Selbsthilfe und Eigenverantwortung eintreten. Die Berater beim Peer Counseling werden „peers“ (engl.), also „Gleiche“ genannt, denn sie leben selbst mit einer Behinderung. Bei der gemeinsamen Suche nach einem besseren Weg mit der Behinderung umzugehen, bringen die Berater ihre eigenen Erfahrungen ein. In einem kreativen Beratungsprozess begeben Sie sich auf die Suche nach Ihren Potenzialen.

Entwickeln Sie Strategien gegen Diskriminierung und Ausgrenzung und erobern Sie die gleichberechtigte Teilhabe am gesellschaftlichen Leben zurück. Sie sind Experte in eigener Sache, finden Sie heraus, was Ihnen gut tut und was Sie brauchen, um Ihre Lebensqualität zu verbessern. Sie bewegen sich auf dem Boden der Eigenverantwortlichkeit und teilen Ihre Erfahrungen auf gleichberechtigter Ebene mit der Beraterin. Dadurch befinden Sie sich in einer barrierefreien Beratungssituation.

Gespräche, Rollenspiele, Visualisierungen und Entspannungsübungen begleiten Sie entlang der qualifizierten Unterstützung.

Tel.: 030 - 847 187 0

E-Mail: villadonnemarc@fdst.de

2013 PROGRAMM

GRUPPEN | BERATUNG | SELBSTHILFE

SELBSTHILFE



■ SELBSTHILFE

- Sie suchen Kontakt zu einer Selbsthilfegruppe oder möchten sich mit Ihrer Selbsthilfegruppe gerne in unseren Räumlichkeiten treffen? Wir helfen Ihnen gern weiter.

ANSPRECHPARTNERIN: MARION REUSCHEL

TEL.: (030) 847 187 0

E-MAIL: reuschel.fbb@fdst.de

■ APHASIKER-SELBSTHILFE-GRUPPE DES APHASIE-LANDESVERBANDES BERLIN E.V. (ALB)

- „Gespräche“, um verbliebene Ausdrucksmöglichkeiten miteinander zu erleben und auszuprobieren. Beratung, Informationen und Erfahrungsaustausch.

ANSPRECHPARTNER: LOTHAR VOIGT

TEL.: (030) 303 401 85

E-MAIL: info@aphasiker.de

JEDEN 1. UND 3. DIENSTAG IM MONAT

ZEIT: 15.00–17.00 UHR

ORT: BLISSE 14, EINGANG WILHELMSAUE, BLISSESTR. 12, 10713 BERLIN

APHASIE-ANGEHÖRIGEN-GRUPPE

ANSPRECHPARTNERIN: MARGARET VOIGT

TEL.: (030) 202 610 76

JEDEN 3. DIENSTAG IM FEBRUAR | MAI | AUGUST | NOVEMBER

ZEIT: 15.00–17.00 UHR

ORT: BLISSE 14, EINGANG ECKE WILHELMSAUE, BLISSESTR. 12, 10713 BERLIN

BUNDESVERBAND POLIOMYELITIS E.V. REGIONALGRUPPE 82 BERLIN – POLIONAUTEN WEST

■ Wir sind betroffen vom sog. PPS-Syndrom, den Spätfolgen von Poliomyelitis/Kinderlähmung. Wir wollen zusammen Spaß haben, uns austauschen über unsere Erfahrungen mit den verschiedensten Fortbewegungsmöglichkeiten oder über Medizin und Therapien. Gemeinsam wollen wir ins Hamam oder schwimmen gehen, im Rolli oder per pedes Ausflüge machen, über Literatur zum Thema Behinderung und Polio diskutieren, Filme angucken und Referenten oder Referentinnen zu interessanten Themen einladen.

ANSPRECHPARTNERIN: DANIELA VON RAFFAY

TEL.: (030) 215 310 1

E-MAIL: drabugl@gmail.com

JEDEN 3. MONTAG IM MONAT

ZEIT: 17.00–20.00 UHR

ORT: BLISSE 14, EINGANG WILHELMSAUE, BLISSESTR. 12, 10713 BERLIN



CHOREA HUNTINGTON

DEUTSCHE HUNTINGTON HILFE BERLIN BRANDENBURG E.V.

- Erfahrungs- und Informationsaustausch für erkrankte Patienten, Risikopersonen, Angehörige und Freunde.

ANSPRECHPARTNER: ANDREAS SCHMIDT

TEL.: (030) 601 513 7

E-MAIL: a.schmidt@dhh-ev.de

ANSPRECHPARTNER: DR. MED. LUTZ PFEIFFER

TEL. (030) 577 987 0

JEDEN 3. DIENSTAG IM MONAT

ZEIT: 18.30–21.00 UHR

ORT: BLISSE 14, EINGANG WILHELMSAUE, BLISSESTR. 12, 10713 BERLIN



CLUB „U40“ BERLIN

JÜNGERE PARKINSONERKRANKTE IN DER DEUTSCHEN PARKINSON VEREINIGUNG E.V.

- Informations- und Erfahrungsaustausch, um junge Patienten zu ermutigen und zu unterstützen.

ANSPRECHPARTNER: REINER KLARE

TEL.: (030) 853 192 5

JEDEN 1. MONTAG IM MONAT

ZEIT: 18.00–20.00 UHR

ORT: BLISSE 14, EINGANG WILHELMSAUE, BLISSESTR. 12, 10713 BERLIN



CONTERGAN

ANSPRECHPARTNERIN: CARLA WESSELMANN

TERMINE UND UHRZEIT BITTE ERFRAGEN

E-MAIL: cwesselmann@gmx.de

ORT: BLISSE 14, EINGANG WILHELMSAUE, BLISSESTR. 12, 10713 BERLIN



DEUTSCHE GESELLSCHAFT FÜR MUSKELKRANKE E.V.

SELBSTHILFEVEREINIGUNG, LANDESGRUPPE BERLIN

- Beratung von Betroffenen und Angehörigen;
Kontaktmöglichkeiten zu Gruppen.

ANSPRECHPARTNER: RONALD BUDACH

TEL.: (030) 949 603 5

E-MAIL: ronald.budach@nexgo.de

JEDEN 1. DONNERSTAG IM MONAT

ZEIT: 17.30–19.30 UHR

ORT: BLISSE 14, EINGANG WILHELMSAUE, BLISSESTR. 12, 10713 BERLIN



DEUTSCHE NARKOLEPSIE- GESELLSCHAFT

SELBSTHILFE-REGIONALGRUPPE BERLIN/BRANDENBURG

- Beratung, Betreuung, Aufklärung und Schlafforschung
für Menschen mit Erkrankung der Schlaf-Wach-Regulierung.

ANSPRECHPARTNER: ROLF BARTHEL

TERMINE BITTE PER E-MAIL ANFRAGEN: r.barthel@dng-shg-berlin.de

ORT: BLISSE 14, EINGANG WILHELMSAUE, BLISSESTR. 12, 10713 BERLIN

www.dng-shg-berlin.de



DEUTSCHE PARKINSON- ANGEHÖRIGENGRUPPE

- Erfahrungsaustausch und Beratung zu Zusammenleben
und Umgang mit Parkinson-Erkrankten.

ANSPRECHPARTNERIN: KATHRIN SCHELLBERG

TEL.: (030) 852 028 5

E-MAIL: tyboria@aol.com

JEDEN 4. FREITAG IM MONAT

ZEIT: 16.30–18.30 UHR

ORT: BLISSE 14, EINGANG WILHELMSAUE, BLISSESTR. 12, 10713 BERLIN



DEUTSCHE SCHMERZLIGA

■ Wir sind Betroffene und möchten Menschen zusammenbringen, die unter chronischen Schmerzen leiden. Gemeinsam wollen wir lernen, den Schmerz zu akzeptieren und über ihn und unsere Ängste zu sprechen.

ANSPRECHPARTNERIN: ANGELIKA LÄUFER

TEL.: (03378) 871 381

JEDEN 1. DIENSTAG IM MONAT | 15.00–17.00 UHR

ORT: VILLA DONNERSMARCK, SCHÄDEST. 9-13, 14165 BERLIN



FRAUEN-MS-GRUPPE

■ Wir tauschen Erfahrungen und Meinungen aus über Medikamente, verschiedene therapeutische Angebote und vieles mehr. Wir sind eine offene Gruppe und freuen uns über neue Mitglieder.

ANSPRECHPARTNERINNEN: SIMONE KRETZ UND BIRGIT BALLA

TEL.: (030) 787 067 26

JEDEN 3. DIENSTAG IM MONAT | 18.00–20.00 UHR

TREFFPUNKT BITTE ERFRAGEN



GESPRÄCHSKREIS VON MENSCHEN MIT MUSKELKRANKHEITEN

■ Wir sind zwischen 30 und 60 Jahre alt, berufstätig und stehen aktiv im Leben. Wir treffen uns, um uns über unsere alltäglichen Erfahrungen auszutauschen und uns gegenseitig zu unterstützen.

ANSPRECHPARTNERIN: KERSTIN SWOBODA

E-MAIL: kerstin.swoboda@dgm.org

JEDEN 3. MITTWOCH IM MONAT | 19.30–21.30 UHR

ORT: BLISSE 14, EINGANG WILHELMSAUE, BLISSESTR. 12, 10713 BERLIN

VORANMELDUNG ERBETEN



HEREDO-ATAXIE

DEUTSCHE HEREDO-ATAXIE-GESELLSCHAFT, REGIONALGRUPPE BERLIN/BRANDENBURG

- Erfahrungs- und Informationsaustausch von Betroffenen, Angehörigen und Freunden.

ANSPRECHPARTNERIN: MARLIESE RATZLAFF

TEL.: (030) 703 637 9

JEDEN LETZTEN DONNERSTAG IM UNGERADEN MONAT

ZEIT: 18.00–20.00 UHR

ORT: BLISSE 14, EINGANG WILHELMSAUE, BLISSESTR. 12, 10713 BERLIN



HILFE FÜR PFLEGENDE ANGEHÖRIGE DEMENZKRANKER

ALZHEIMER ANGEHÖRIGEN INITIATIVE E.V.

- Gesprächsgruppen und Einzelberatung mit gleichzeitiger Krankenbetreuung.

ANSPRECHPARTNER: TOMMY LINDBERG

TEL.: (030) 473 789 95

MONTAG–DONNERSTAG | 10.00–15.00 UHR

JEDEN 1. UND 3. FREITAG IM MONAT | 16.00–18.00 UHR

JEDEN DIENSTAG | 10.00–14.00 UHR

ORT: BLISSE 14, EINGANG WILHELMSAUE, BLISSESTR. 12, 10713 BERLIN



LVSB E.V.

LANDESSELBSTHILFEVERBAND SCHLAGANFALL- & APHASIE- BETROFFENER & GLEICHARTIG BEHINDERTER BERLIN E. V.

- Erfahrungsaustausch, vielfältiges Freizeitangebot, Rehasport.

ANSPRECHPARTNER/IN: GERDA URBAN UND MICHAEL CZERWITZKI

TEL.: (030) 805 160 7 UND (030) 342 46 14

E-MAIL: schlaganfall.berlin@freenet.de

JEDEN MONTAG | 14.30–16.30 UHR

ORT: VILLA DONNERSMARCK, SCHÄDESTR. 9-13, 14165 BERLIN



MULTIPLE SKLEROSE MÄNNERSTAMMTISCH

- Informationen, Erfahrungen und gute Gespräche.

ANSPRECHPARTNER: DIRK ADÄMMER

TEL.: (030) 323 870 2

JEDEN 2. DIENSTAG IM MONAT

ZEIT: 17.30–20.00 UHR

ORT: BLISSE 14, EINGANG WILHELMSAUE, BLISSESTR. 12, 10713 BERLIN



MULTIPLE SKLEROSE SELBSTHILFE E.V.

- Beratung zu Behandlungsmethoden und Kostenübernahmen.

ANSPRECHPARTNER: MARTIN HORN

TEL. (030) 218 085 69

E-MAIL: mhoernchen@yahoo.de

TERMINE BITTE ERFRAGEN

ORT: BLISSE 14, EINGANG WILHELMSAUE, BLISSESTR. 12, 10713 BERLIN



MULTIPLE SKLEROSE SELBSTHILFEGRUPPE

- Eine lebendige, altersgemischte Gruppe, die Erfahrungen und Informationen austauscht – für gegenseitige Beratung und Unterstützung.

ANSPRECHPARTNERIN: HEIKE RAUTER

TEL. (030) 339 797 32

JEDEN 2. DONNERSTAG IM MONAT

ZEIT: 17.30 – 19.30 UHR

ORT: BLISSE 14, EINGANG WILHELMSAUE, BLISSESTR. 12, 10713 BERLIN

MULTIPLE SKLEROSE-STAMMTISCH

ANSPRECHPARTNERIN: REGINE CZYEKOWSKI

TEL.: (030) 852 531 1

E-MAIL: regine.czyekowski@dmsg-berlin.de

JEDEN 4. MITTWOCH IM MONAT

ZEIT: 18.00–20.00 UHR

ORT: BLISSE 14, EINGANG WILHELMSAUE, BLISSESTR. 12, 10713 BERLIN

TEILNAHME NACH TELEFONISCHER RÜCKSPRACHE

NETZWERK BEHINDERTER FRAUEN BERLIN E. V.

- Beratung auf der Grundlage des Peer Counseling, offene Treffs, Veranstaltungen, Seminare, Veranstaltungen, Workshops. Selbsthilfegruppen für Frauen mit Multipler Sklerose oder mit psychischen Gesundheitsproblemen. Gesprächskreis für Frauen mit Lernschwierigkeiten, Erfahrungsaustausch für Mütter mit Behinderung.

ANSPRECHPARTNERINNEN: BÄRBEL SCHWEITZER UND DÖRTE GREGORSCHESKI

TEL.: (030) 617 091 67/68, FAX: (030) 617 091 67

INFO-CAFÉ: JEDEN 2. FREITAG IM MONAT VON 16.00–18.00 UHR

BERATUNGSZEITEN BITTE IM BÜRO ERFRAGEN

ORT: NETZWERK BEHINDERTER FRAUEN BERLIN E. V.,

LEINSTR. 51, 12049 BERLIN

E-Mail: info@netzwerk-behinderter-frauen-berlin.de

www.netzwerk-behinderter-frauen-berlin.de



NEUROFIBROMATOSE VON RECKLINGHAUSEN GESELLSCHAFT E. V.

- Ca. sechs Treffen jährlich, monatlich Stammtisch in wechselnden Stadtteilen.

ANSPRECHPARTNERIN: LIANE ZANDER

TEL.: (030) 921 208 86

UND SYLVIA KROCKER

TEL.: (030) 911 497 29

E-MAIL: zander@neurofibromatose.de ODER krocker@neurofibromatose.de

TERMINE UND ZEIT BITTE TELEFONISCH ERFRAGEN

ORT: BLISSE 14, EINGANG WILHELMSAUE, BLISSESTR. 12, 10713 BERLIN



PRO RETINA DEUTSCHLAND E.V. USHERGRUPPE BERLIN/BRANDENBURG

- Gesprächsgruppen, Einzel- und Familienberatung; Erfahrungs- und Informationsaustausch.

ANSPRECHPARTNERIN: JUDITH BÜNGER

TEL.: (030) 914 253 00

MONATLICHER GESPRÄCHSKREIS MIT ROGER REICHARDT, SOZIALARBEITER

JEDEN 1. SAMSTAG IM MONAT

ZEIT: 11.00–14.00 UHR

ORT: BLISSE 14, EINGANG WILHELMSAUE, BLISSESTR. 12, 10713 BERLIN

GESCHÄFTSBEDINGUNGEN

WIE MELDE ICH MICH AN?

Bitte melden Sie sich schriftlich an und füllen Sie für Ihre Anmeldung das Anmeldeformular aus. Bitte achten Sie beim Ausfüllen der Anmeldung auf die Angabe der Nummer und des Titels der Veranstaltung. Sie haben aber auch die Möglichkeit, sich per E-Mail anzumelden: **villadonnensmarck@fdst.de**

VERBINDLICHE ANMELDUNG

Ihre Anmeldung gilt als verbindlich. Die Gebühr muss innerhalb von zehn Tagen nach Ihrer Anmeldung auf unserem Konto eingegangen sein.

KLEEBLATT

Für den Besuch von vier mit Kleeblatt gekennzeichneten Veranstaltungen erhalten Sie freien Eintritt für eine weitere Veranstaltung dieser Art.

WIE ZAHLE ICH?

Den Preis für das jeweilige Angebot finden Sie auf den entsprechenden Seiten. Bitte überweisen Sie den Betrag auf folgendes Konto:

**Freizeit, Bildung, Beratung
Bank für Sozialwirtschaft
BLZ 100 205 00
Kto-Nr. 31 762 00**

RÜCKERSTATTUNG

erfolgt ausschließlich, wenn die Veranstaltung nicht zustande kommt oder wenn mehr Anmeldungen eingehen, als Plätze vorhanden sind. Bei Rückfragen wenden Sie sich bitte an die

**Villa Donnersmarck | Tel.: (030) 847 187 0
villadonnensmarck@fdst.de**

oder an die

**blisse 14 | Tel.: (030) 847 187 50
blisse14@fdst.de**

DATENSCHUTZ

Mit der Anmeldung erklären Sie sich einverstanden, dass Ihre Daten elektronisch gespeichert werden. Die Erfassung dient ausschließlich dazu, Teilnehmerlisten zu erstellen, Bestätigungen bzw. Absagen zu verschicken und Ihnen regelmäßig unser aktuelles Veranstaltungsprogramm zuzusenden.

W E G E E B N E N . . .

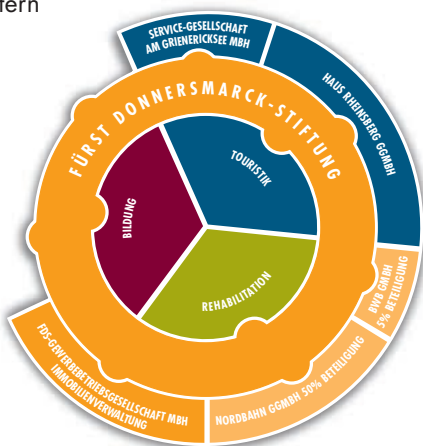


Freizeit, Bildung, Beratung ist ein Bereich der **FÜRST DONNERSMARCK-STIFTUNG ZU BERLIN**. Ziel und Zweck der 1916 gegründeten Stiftung ist die Rehabilitation von Menschen mit Körper- und Mehrfachbehinderungen sowie die wissenschaftliche Forschung auf diesem Gebiet. Die Stiftung arbeitet mit rund 600 Mitarbeitern in den Bereichen:

■ **REHABILITATION**

■ **BILDUNG**

■ **TOURISTIK**



WIR FREUEN UNS AUF IHREN BESUCH:

Villa Donnersmarck | Schädestraße 9-13 | 14165 Berlin-Zehlendorf
Tel. (030) 847 187 0 | Fax (030) 847 187 23
villadonnersmarck@fdst.de

blisse 14 | Blissestraße 12 | Eingang Wilhelmsau
10713 Berlin-Wilmersdorf
Tel. (030) 847 187 50 | blisse14@fdst.de

Postsendungen bitte an die Villa Donnersmarck

www.fdst.de/fbb